

令和4年7月号

KOCO かわらばん



しあわせ
～安心して幸福に暮らせる町を目指して～

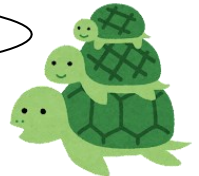
ニツ池の今と昔

近くにあるけど、知らないことも多いニツ池。「え？そうだったんだ」と興味深い話がたくさんです。

今と昔の写真を見ながら、楽しく駒岡やニツ池について詳しくなりませんか🎵



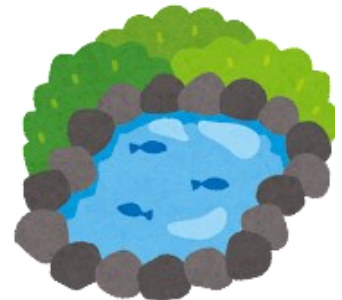
ニツ池の生き物が、駒岡地域ケアプラザにくるよ



開催日 : 9月 10日(土曜日) 10:00~11:30
場所 : 駒岡地域ケアプラザ 多目的ホール
対象 : 地域の方どなたでも
定員 : 25人(申込み制)
講師 : ニツ池公園愛護会 会長 小山和雄氏
共催 : ニツ池公園愛護会・ニツ池愛好会
協力 : 白石 謙祐氏(写真提供)
持ち物 : 室内履き(スリッパなど)、マスク着用

当日の内容は・・・

ニツ池の歴史の話/ニツ池の植物を使ったおもちゃの展示と説明
ニツ池に生息する生き物観察



★注意事項★

- ・参加される方の当日の体調・同居しているご家族の体調確認をお願いします。(欠席の場合要連絡)
- ・ご自身やご家族の体調がいつもと違うようでしたら、欠席をお願いします。
- ・マスク着用、多目的ホール入室前に、検温・手消毒のご協力もお願いします。
- ・新型コロナウイルスの感染状況に応じて急遽中止・内容を変更する可能性があります。

～お申込みは、来所または電話にて～

★申込先 駒岡地域ケアプラザ 地域交流担当：氏家・落合 電話：045-570-6601

★お申込み開始日 8月5日(金)～

.....
開館日(年末年始以外) 月～土 9:00～21:00 日・祝日 9:00～17:00 TEL 570-6601 FAX 570-6602
*車でのご来館はご遠慮下さい。但し、身体的な理由で車でのご来館を希望される方はご相談下さい。
.....

駒岡 秋の落語会と音楽のひととき II

令和4年9月30日(金) 13:15 入場開始

開演: 13:30 ~ 15:15

会場: 多目的ホール



- ・お申込み開始日: 8月22日(月)~
- ・参加費: 100円(当日集めます) ・持ち物: 上履き・靴袋・マスク
- ・募集人数: 20名(先着順)定員になり次第締め切りとなります。
- ・対象: 鶴見区内にお住まいの65歳以上の方

- ・お申込み先: 駒岡地域ケアプラザ 担当: 氏家・櫻井
- ・電話番号: 570-6601 (お申込み制につき、急なご参加はできません)

第1部

アコーディオン演奏

奏者: みお 氏



第2部

落語

風月亭花鳥 氏





6月行事

防災訓練 6/13(月)~18(土)



今年の防災訓練は、映像を見て勉強をしました。

「問題です。お風呂に入っている時に地震がきたら、どうしたらいいでしょう？」

答えは、“浴槽のフタを頭からかぶる”です。

勉強になりますね。

7月行事

七夕週間 7/4(月)~9(土)



御利用者の皆様に、たくさんの七夕飾り、短冊を書いて頂きました。いろいろな願い事がありましたが、皆様の願いが叶いますように・・・。

教えて

レクリエーション ~手芸編~ 7・8・9月手芸プログラム

あみあみキーホルダー



1. 糸を3色、2本ずつをキーホルダーに結ぶ
2. 3本ずつ、右と左にわけ2回結ぶ。
3. 好きな長さまで結び切る。完成。

マイ!写真立て



1. 段ボールを切る。
2. 表に布、裏にフェルトを貼る。
3. 表に好きなレース花を貼る。完成。

手織りバック 2022



1. 布を1cm位の幅で切る。
2. 縦糸を張る。
3. 横糸を上下で通す。
4. 横縦糸を結ぶ。完成

ナースの秘密手帳

~デイサービス看護師のワンポイントアドバイス~

脱水に気をつけよう!!



脱水症の季節です。

夜間の発汗が多くなり、自分ではよく水分を摂っているつもりでも、体から出るほうが多いこともあります。気分がふさぐ、元気が出ない、なども原因は“脱水”ということもあります。手の届く所にスポーツドリンクや塩飴など置いておくようにして下さいね。

《こまこま探検隊》
～デイサービス紹介コーナー～

7月8日に家族懇談会を開催しました。
お忙しい中、参加してくださり、ありがとうございました。
デイサービスでおこなっている感染対策を
お話させて頂きました。



駒岡まい子と愉快的仲間たち
“スタッフ紹介コーナー”

名 前 齊藤 葉子
血液型 A型
みなさまへ一言：
一生懸命頑張ります。
よろしくお願い致します。



今回の衣装は甚平さん
です。
ご利用者の方々に着替
えをお願いしました。



5月行事 手作りおやつ週間 5/16 (月) ~ 21 (土)



毎年恒例の手作りおやつ週間がやってきました。今年は、甘納得入りカップケーキです。
作り方の手順は、スタッフが口頭で説明していきますが、その内容を聞きながらテキパキと手を動かし、作っていただきました。お料理は耳、頭、手と同時に使いますね。おいしかったと好評でした。

～ お知らせ ～



<お誕生日週間>

8/22 (月) ~ 27 (土)
9/19 (月) ~ 24 (土)

<夏祭り週間>

8/1 (月) ~ 6 (土)

<敬老祝週間>

9/12 (月) ~ 17 (土)

～ ご寄付の依頼 ～

- ・ 入浴時使用の為の「固形石鹸」、誕生日プレゼント作成用の「綿の柄布」、「綿の無地布」
- ・ 生活や健康に関する情報誌・雑誌（週刊誌・月刊誌）古いものでも構いません。
- ・ 入浴時ソファーに掛けるための「大きいタオルケット」

* 寄付の問い合わせは、地域交流担当：氏家までご連絡下さい。電話：570-6601

デイサービス職員募集中!!

駒岡地域ケアプラザでは、デイサービスで一緒に働いてくれるスタッフを募集しております。

- ☆ 介護職（資格・経験の無い方でも大丈夫。やる気と元気のある方を歓迎しています）
- ☆ 送迎ドライバー（要普通免許。朝と夕方だけのお仕事です）

詳細は、採用担当（所長：板山）までご連絡ください。 電話：570-6601

お薬(貼り薬)講座

身近なお薬である「貼り薬」。

みなさん、なんとなく使っていませんか？

正しい使い方やその種類・効能など、貼り薬を効果的に使うための知識を学びましょう！

目からウロコのお薬手帳活用法もぜひ覚えていってください。



講座内容

- ① 貼り薬の種類と効能、正しい使い方を知ろう。
- ② お薬手帳をもっと活用しよう。
- ③ かかりつけ薬局をつくろう。
- ④ お薬“なんでも”相談会(希望者のみ)



- ◆日時：9月16日(金) 13:30~15:00
- ◆場所：駒岡地域ケアプラザ 多目的ホール
- ◆講師：石澤博隆氏(田辺薬局 薬剤師)
- ◆持ち物：お薬手帳
- ◆参加費：無料



※お薬“なんでも”相談会は先着6名(一組10分程度)までとさせていただきます。
お申込み時に申し付けください。

【詳しいお問合せ・お申し込みは】

駒岡地域ケアプラザ Tel 570-6601 担当 一杉・榎本

駒岡地区にお住まいの65歳以上の方へ



In 駒岡地域ケアプラザ

元気はつらつ健康づくり講座

コロナ禍で弱った足腰・脳（物忘れなど）を元気に変えていくきっかけづくりの講座です。どうぞ奮ってご参加ください。

全4回 日程と講座内容

第1回 9月12日（月）14：00～15：30

◎コロナ禍でもいきいきと過ごしていくには。脳トレも一緒に。

講師：ふれあいサポート研究所 杉浦 史晃先生

第2回 9月19日（月）14：00～15：30

◎お口の健康（オーラルフレイル）について

講師：歯科衛生士 長島 文子先生

第3回 9月26日（月）14：00～15：30

◎簡単にできる！栄養のバランスについて

講師：管理栄養士 小澤 早苗先生

第4回 10月3日（月）14：00～15：30

◎自宅で出来る足腰のための体操とお話

講師：健康運動指導士 根本 裕子先生



第5回 10月17日（月）14：00～15：30

◎自分に合った活動を取りいれよう

ケアプラザ事業・サークル・包括の役割を紹介します

駒岡地域ケアプラザの職員がお話しします。

会場：駒岡地域ケアプラザ 協力：駒岡中町会・駒岡下町会

対象者：駒岡地区にお住まいの65歳以上の方概ね5回参加が可能な方【15名】

参加費：無料 持ち物：飲み物・タオル ①④回目は体操できる服装

お問い合わせ・お申込み：駒岡地域ケアプラザ：担当 荒井・中村 ☎045-570-6601



お父さんとあそぼう



男性保育士さんと一緒に遊びませんか？ お父さん同士の交流の場としても(^_^)♪
ダイナミックな遊びや、お家でできる室内遊びも。

日 時：9月3日（土） 10：30～11：30

場 所：駒岡地域ケアプラザ 多目的ホール

持 ち 物：上履き・外履きを入れる袋・マスク着用

定 員：10組（大人・子ども合わせて）

対象年齢：1～3歳ぐらい（歩ける子）

講 師：駒岡保育園の先生



内 容：・手遊び紹介、遊びの紹介わらべうた
・製作「紙コップオバケ」

申 込 先：駒岡地域ケアプラザ 地域交流担当：氏家・落合

電話：570-6601

※申込開始日：8月12日（金）～



<新型コロナウイルス感染防止のためご協力をお願いします>

- ・自宅を出る前に必ず検温し、37.5℃以上ある場合や体調が悪い時はすぐケアプラザまでご連絡ください。
- ・ご本人及び同居のご家族で発熱や身体がだるい、喉が痛い、せきが出る等の症状がある時のご欠席をお願いします（要連絡）
- ・当日来られたら体温計測、手消毒のご協力をお願いします。
- ・新型コロナウイルスの感染状況に応じて急遽中止・内容変更をする可能性があります。

KOCOパソコンひろば 9月～12月コース参加者募集!

あなたも気軽に楽しく、パソコン始めてみませんか?



対象：パソコン初めての高齢者

募集人数：2名

日時：第1・3土曜日 9:30～12:00
全8回（フォローアップ有）

費用：1,000円（資料代として） お申込み：570-6601 地域交流担当

発達が気になる子の親の集い

参加されている方達と一緒に、名前を決めました☆

ふありひろば

子育てに心配ごと、不安を抱えている方、障がいのあるお子さんをお持ちの方（手帳の有無は問いません）へ、地域で支えあう場として活動しています。

こどもの成育はどのお母さんも気になるもの・・けれどうちの子は“ちょっと他の子と違う”や他の子はどう成長しているの?と思ったことある

お母さん、まずはこどもの成長について話してみませんか?

※「Huali（ふあり）」は、

ハワイ語で「輝く、磨きあげた、清浄な、純粋な」という意味があります。

毎月第2水曜日

10:00～11:30

（8月お休み）



場所： 駒岡地域ケアプラザ（駒岡4-28-5） 多目的ホール

対象： 未就学児（6歳くらいまで）のお子さんをもつ保護者

【お申込み・お問合せ先】駒岡地域ケアプラザ 地域交流担当：氏家 電話：045-570-6601

横浜市駒岡地域ケアプラザは、社会福祉法人横浜鶴声会が指定管理者として運営しています。

KOCO とは…**KO**maoka **CO**mmunity care plaza（駒岡地域ケアプラザ）の略です。



編集後記

毎日、暑い日が続きますね。節電とも言われていますが、クーラーをつけて、熱中症も予防しましょうね。
(R・U)

昔はよく川で泳ぎました。淵に潜るとたくさん川の川魚、水の外はまぶしい太陽と風と蝉の声。なつかしい夏の匂いを思い出します。(H・K)
家の窓から少しだけ、久しぶりに花火をみました。コロナ禍ではありますが、夏を楽しめたらと思います。
(M・U)